

Reporters Required!

For

Delhi, Haryana, UP,
Ludhiana, Shimla,
Bihar, Jammu, Jaipur
Amritsar, Bathinda,

Call/WhatsApp:
+91-9157875000
+91-9815619715

Email:
azadvani65@gmail.com

Azad वाणी



NEWS • VIEWS • ANALYSIS

RNI No.
PBBIL/26/A0779



Thu - 16 April - 2026

Year - 01

Issue - 10

Page - 01

Rs. - 5

www.azadvani.com

महिला हॉकी को नई उड़ान:
हॉकी इंडिया और कोका-कोला
की पहल से खिलाड़ियों को
मिलेगा मजबूती



चंडीगढ़, 16 अप्रैल 2026: हॉकी इंडिया और कोका-कोला इंडिया फाउंडेशन के सहयोग से रांची में 16वीं सब-जूनियर वीमेन नेशनल चैंपियनशिप 2026 का सफल समापन हुआ। इस साझेदारी के तहत खिलाड़ियों को कोचिंग, ट्रेनिंग, न्यूट्रिशन और इंटरनेशनल एक्सपोजर दिया जा रहा है। कोका-कोला की देवयानी राणा ने कहा कि पहल का उद्देश्य महिला खिलाड़ियों को जमीनी स्तर पर मजबूत कर उनके दीर्घकालिक विकास को बढ़ावा देना है।

दौड़ना या चलना—कौन
बेहतर? विशेषज्ञ ने बताया
सही विकल्प



चंडीगढ़, 16 अप्रैल 2026: न्यूट्रिशन डाइटिशियन डॉ. अर्चिता महाजन के अनुसार दौड़ना और चलना दोनों ही प्रभावी कार्डियो एक्सरसाइज हैं, लेकिन चुनाव आपके लक्ष्य पर निर्भर करता है। तेजी से वजन घटाने और स्टेमिना बढ़ाने के लिए दौड़ना बेहतर है, जबकि जोड़ों की सुरक्षा और लंबे समय तक फिट रहने के लिए चलना अधिक उपयुक्त है। उन्होंने कहा कि शुरुआती लोग पैदल चलने से शुरुआत करें और अपनी क्षमता के अनुसार व्यायाम चुनें।

हिमाचल में मौसम का कहर: भारी बारिश और बर्फबारी का अलर्ट, प्रशासन सतर्क



शिमला, 16 अप्रैल: हिमाचल प्रदेश में मौसम ने एक बार फिर करवट ले ली है। मौसम विभाग ने राज्य के कई हिस्सों में भारी बारिश और ऊंचाई वाले क्षेत्रों में बर्फबारी को लेकर अलर्ट जारी किया है। 16 अप्रैल से शुरू हो रहे इस मौसम परिवर्तन को देखते हुए प्रशासन ने सभी जिलों को सतर्क रहने के

निर्देश दिए हैं।

मौसम विभाग के अनुसार, आने वाले दिनों में खासकर पहाड़ी इलाकों में तेज बारिश और बर्फबारी के कारण भूस्खलन और सड़कों के बाधित होने की आशंका बढ़ गई है। इसके चलते पर्यटकों और स्थानीय लोगों को अनावश्यक यात्रा से बचने की

सलाह दी गई है। प्रशासन ने आपदा प्रबंधन टीमों को भी अलर्ट पर रखा है, ताकि किसी भी आपात स्थिति में तुरंत कार्रवाई की जा सके।

वहीं, किसानों और बागवानों को भी मौसम के इस बदलाव को देखते हुए विशेष सावधानी बरतने के निर्देश दिए गए हैं। सेब और

अन्य फसलों पर इसका असर पड़ सकता है, जिससे नुकसान की संभावना बनी हुई है।

राज्य सरकार और स्थानीय प्रशासन लगातार हालात पर नजर बनाए हुए हैं और लोगों से अपील की गई है कि वे मौसम विभाग की चेतावनियों का पालन करें और सुरक्षित रहें।

आपत्तिजनक टिप्पणी पर सख्त रुख: हरियाणा महिला आयोग का सिंगर मासूम शर्मा को नोटिस

चंडीगढ़, 16 अप्रैल: हरियाणा महिला आयोग ने गायक मासूम शर्मा को कथित आपत्तिजनक टिप्पणी के मामले में नोटिस जारी कर सख्त रुख अपनाया है। यह मामला देहरादून में आयोजित एक कार्यक्रम से जुड़ा बताया जा रहा है, जहां परफॉर्मेंस के दौरान उनके द्वारा कथित रूप से अनुचित भाषा के इस्तेमाल का आरोप लगा है।

आयोग ने इस घटना को गंभीरता से लेते हुए मासूम शर्मा को नोटिस भेजकर स्पष्टीकरण मांगा है और निर्धारित समय के भीतर जवाब देने के लिए कहा है। महिला आयोग की अध्यक्ष ने स्पष्ट किया कि महिलाओं के सम्मान से जुड़े मामलों में किसी भी प्रकार की लापरवाही या आपत्तिजनक टिप्पणी को



बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

सूत्रों के अनुसार, कार्यक्रम के दौरान दिए गए बयान का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल

हुआ, जिसके बाद यह मामला आयोग के संज्ञान में आया। इसके बाद तुरंत कार्रवाई करते हुए नोटिस जारी किया गया।

आयोग ने कहा है कि यदि संतोषजनक जवाब नहीं दिया गया, तो आगे की कानूनी कार्रवाई भी की जा सकती है। इस घटनाक्रम के बाद सांस्कृतिक कार्यक्रमों में भाषा और व्यवहार को लेकर एक बार फिर बहस तेज हो गई है।

फिलहाल, सभी की नजरें मासूम शर्मा के जवाब पर टिकी हैं, जिससे आगे की कार्रवाई तय होगी।

अक्षय तृतीया पर निवेश का
नया टेंड: लैब-ग्रोन डायमंड्स
बने आधुनिक विकल्प



चंडीगढ़, 16 अप्रैल 2026: अक्षय तृतीया के शुभ अवसर से पहले ज्वेलरी बाजार में नया टेंड देखने को मिल रहा है। पारंपरिक सोने की खरीदारी के साथ अब लैब-ग्रोन डायमंड्स भी निवेश का आकर्षक और आधुनिक विकल्प बनकर उभर रहे हैं। 19 अप्रैल को मनाए जाने वाले इस पर्व को शुभ निवेश के लिए जाना जाता है, और इसी कड़ी में मनीमाजरा स्थित कल्टीवेटेड कैरेट्स ने अपने स्टोर पर लैब-ग्रोन हीरों की विशेष पेशकश की है।

कंपनी के संस्थापक और डायमंड एक्सपर्ट दीपक गुप्ता के अनुसार, "लैब-ग्रोन डायमंड्स फाइन ज्वेलरी का भविष्य हैं। ये खदानों से निकले हीरों जैसी ही चमक और गुणवत्ता देते हैं, साथ ही पर्यावरण और नैतिक मूल्यों के अनुरूप भी होते हैं।" उन्होंने बताया कि आज की नई पीढ़ी निवेश के साथ जिम्मेदारी को भी महत्व देती है।

अक्षय तृतीया के मौके पर ग्राहकों को आकर्षित करने के लिए प्रति कैरेट 11,000 रुपये तक की छूट का विशेष ऑफर भी दिया जा रहा है। ये डायमंड्स आईजीआई और जीआईए जैसे संस्थानों से प्रमाणित होते हैं और 4सी—कट, कलर, क्लैरिटी और कैरेट—के आधार पर मूल्यांकित किए जाते हैं।

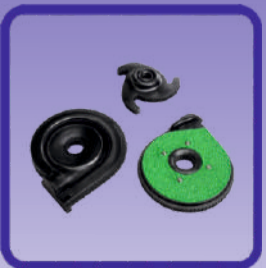
विशेषज्ञों का मानना है कि बदलती सोच के साथ लैब-ग्रोन डायमंड्स न केवल सस्टेनेबल बल्कि किफायती और स्टाइलिश निवेश विकल्प के रूप में तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं।

Authorised Dealer/Distributor

Industrial Pumps

Mechanical Seals

Pump Spares



A. M. ENGINEERING

279, Industrial Area, Phase-II,
Chandigarh 160002

+91-9417455482
+91-9878316683

am.engg@yahoo.com
info@amengineering.in

Visit Us: www.azadvani.com

For Enquiry Call: +91-90414-88440

herbegy™

Think pure think herbal

PREMIUM SPICES RANGE

Pure Spice. Rich Flavour.

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company


CHILLI POWDER
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality



Net Weight:  100g

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company

CORIANDER POWDER
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality




Net Weight:  100g

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company

TURMERIC POWDER
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality



Net Weight:  100g

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company

CHICKEN MASALA
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality



Net Weight:  100g

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company

MEAT MASALA
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality



Net Weight:  100g

herbegy™
Think pure think herbal
An ISO 9001:2015 Certified Company


GARAM MASALA
Pure Spice. Rich Flavour.
Premium Quality



Net Weight:  100g

PURE | AROMATIC | PREMIUM QUALITY

For Dealer Inquiry Contact:

 **727-515-0015**

Advertisement